



EFEITOS DO TREINAMENTO FÍSICO RESISTIDO SOBRE A TOLERÂNCIA AO ESFORÇO FÍSICO EM RATOS ESPONTANEAMENTE HIPERTENSOS

Luciano Bernardes Leite¹; Antônio José Natali¹; Anselmo Gomes de Moura²; Leonardo Mateus Teixeira de Rezende¹; Fábio Moreira Figueiredo²; Alexandre Martins Oliveira Portes¹

¹Departamento de Educação Física – Universidade Federal de Viçosa; ²Departamento de Educação Física – Centro Universitário Governador Ozanam Coelho; ³Departamento de Ciências Biológicas – Universidade Federal de Ouro Preto

Palavras-chave: Exercício Físico, Hipertensão, Força Máxima.

Introdução

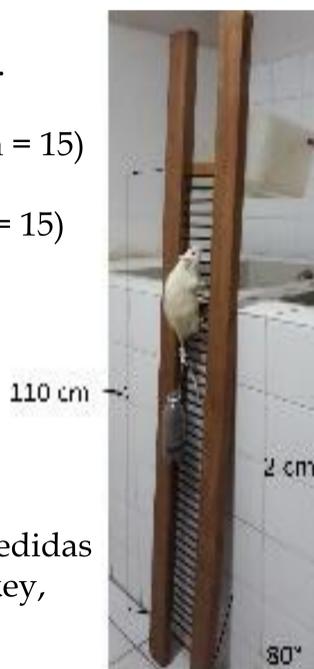
Ratos espontaneamente hipertensos (SHR), quando submetidos ao exercício físico aeróbio, apresentam menor capacidade de exercício, comparados aos animais normotensos. Contudo, não é sabido se a capacidade de tolerância ao esforço físico em exercício resistido também é afetada pela hipertensão.

Objetivos

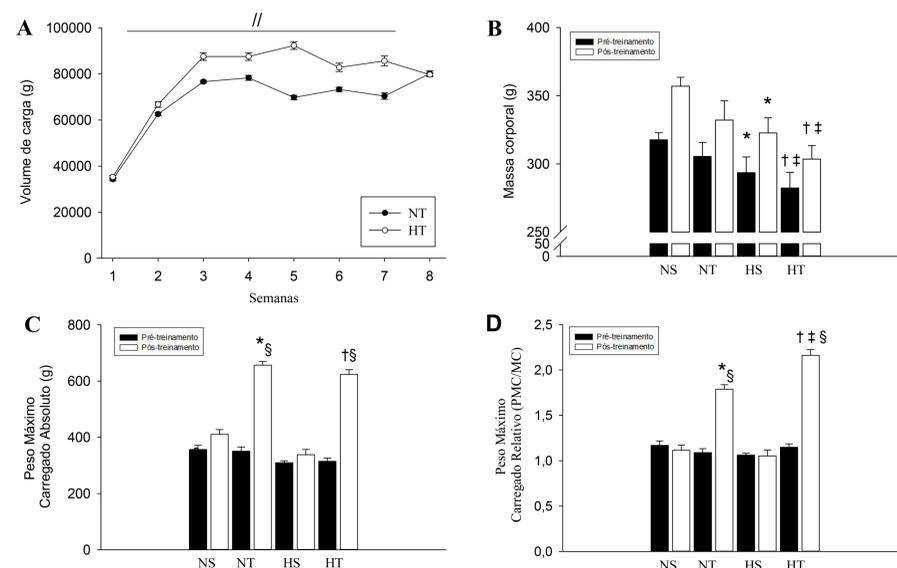
Investigar os efeitos do treinamento resistido (TR) sobre a força muscular em ratos SHR.

Material e Métodos

- CEUA - UFV (#01/2018).
- Ratos adultos (Wistar Kyoto ou SHR).
- Idade: 16 semanas.
- Normotenso sem treinamento (NS) (n = 15)
- Normotenso treinado (NT) (n = 15)
- Hipertenso sem treinamento (HS) (n = 15)
- Hipertenso treinado (HT) (n = 15)
- TR: escaladas em escada vertical
- 3 x/sem por 8 semanas
- VC: séries x reps x carga
- MC: pré e pós-treinamento
- PMCA: pré e pós-treinamento
- PMCR: PMCA/MC
- Estatística: ANOVA two-way para medidas repetidas, seguidas do post hoc de Tukey, quando necessário,
- Média ± EPM ($\alpha = 5\%$).



Resultados e Discussão



(A) Progressão do volume da carga de treinamento físico resistido. (B) Massa corporal. (C) Peso máximo carregado absoluto antes e após o período de treinamento físico resistido. (D) Peso máximo carregado relativo antes e após o período de treinamento físico resistido. Dados são média ± EPM. n = 15 animais por grupo. NS: normotenso sem treinamento. NT: normotenso treinado; HS: hipertenso sem treinamento. HT: hipertenso treinado. Anova *Two-Way* para medidas repetidas, seguida do teste *post hoc* de Tukey. * diferente NS; † diferente HS; ‡ diferente NT; § diferente respectivo pré-treinamento; // diferente respectiva semana 1 ($p < 0,05$).

Conclusões

O TR aplicado aumentou a tolerância ao esforço físico de força nos animais hipertensos e normotensos. Ademais, os animais SHR conseguiram carregar um maior PMCR, em comparação aos normotensos.

Apoio Financeiro



Agradecimentos

